

Утверждаю



Заведующий  
/Семенюк З.Ф./

**МЕНЮ**  
2 апреля 2026 г.

**Ясли 10,5 часов**

| Сборник рецептов  | № техн. карты | Наименование блюда         | Выход      | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|----------------------------|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
|                   |               |                            |            | Белки, г          | Жиры, г      | Угле-воды, г  |                               |                |
| <b>Завтрак</b>    |               |                            |            |                   |              |               |                               |                |
| 2012              | 92            | СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ        | 150        | 4,37              | 3,96         | 14,18         | 110,07                        | 0,58           |
| 2012              | 1             | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ        | 40         | 2,70              | 4,49         | 17,60         | 121,56                        | 0,00           |
| 2012              | 397           | КАКАО С МОЛОКОМ            | 150        | 2,91              | 2,43         | 12,10         | 82,79                         | 0,48           |
| <b>Итого</b>      |               |                            | <b>340</b> | <b>9,98</b>       | <b>10,88</b> | <b>43,88</b>  | <b>314,42</b>                 | <b>1,06</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |                            |            |                   |              |               |                               |                |
| 2008              |               | ЯБЛОКО                     | 100        | 0,40              | 0,40         | 9,79          | 46,94                         | 9,99           |
| <b>Итого</b>      |               |                            | <b>100</b> | <b>0,40</b>       | <b>0,40</b>  | <b>9,79</b>   | <b>46,94</b>                  | <b>9,99</b>    |
| <b>Обед</b>       |               |                            |            |                   |              |               |                               |                |
| 2012              | 54            | ИКРА МОРКОВНАЯ             | 30         | 0,50              | 1,37         | 2,79          | 26,02                         | 1,21           |
| 2012              | 76            | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ   | 150        | 1,67              | 3,74         | 13,24         | 94,84                         | 4,62           |
| 2012              | 277           | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА    | 70         | 10,61             | 10,74        | 2,43          | 148,73                        | 0,46           |
| 2008              | 181           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130        | 4,07              | 5,20         | 18,38         | 136,46                        | 0,00           |
|                   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 20         | 1,48              | 0,12         | 9,74          | 45,94                         | 0,00           |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                | 40         | 2,65              | 0,35         | 16,96         | 81,58                         | 0,00           |
| 2012              | 376           | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ  | 150        | 0,00              | 0,00         | 7,67          | 30,69                         | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |               |                            | <b>590</b> | <b>20,98</b>      | <b>21,52</b> | <b>71,21</b>  | <b>564,26</b>                 | <b>6,29</b>    |
| <b>Полдник</b>    |               |                            |            |                   |              |               |                               |                |
| 2012              | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ              | 40         | 4,96              | 4,49         | 0,27          | 61,29                         | 0,00           |
| 2012              | 54            | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ            | 40         | 1,07              | 2,05         | 5,97          | 47,33                         | 3,52           |
| 2012              | 393           | ЧАЙ С ЛИМОНОМ              | 150/7/3    | 0,07              | 0,00         | 7,87          | 32,34                         | 0,57           |
| <b>Итого</b>      |               |                            | <b>240</b> | <b>6,10</b>       | <b>6,54</b>  | <b>14,11</b>  | <b>140,96</b>                 | <b>4,09</b>    |
| <b>Всего</b>      |               |                            |            | <b>37,46</b>      | <b>39,34</b> | <b>138,99</b> | <b>1 066,58</b>               | <b>21,43</b>   |

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Шевченко А.А.

Диетическая медсестра \_\_\_\_\_ Махевская Е.А.

Повар \_\_\_\_\_ Тамбовцева Я.И.